

Drama en dementie

De twee virussen van Lieke de Kock

Lieke de Kock

(24) studeerde ‘applied theater’ in Engeland en raakte gefascineerd door de mogelijkheden die drama en theater kunnen bieden om weer de mens achter de mens met dementie te zien. Redacteur Theo Royers sprak met haar. ‘En toen, ineens, besefte ik de kracht van levensverhalen in combinatie met theater.’

‘Veel mensen denken dat de persoonlijkheid langzaam verdwijnt als dementie de cognitieve vaardigheden aantast. Maar dat klopt gewoon niet, een deel van de persoon blijft in het lichaam aanwezig. We noemen dat *embodied personhood*, wat je kunt vertalen met “belichaamde persoonlijkheid”. De lach, het verdriet, de opwinding, het zijn allemaal menselijke emoties waarover mensen met dementie blijven beschikken.’

Aan het woord is *Lieke de Kock*. Na haar middelbare school ging zij een jaar als au pair werken in het Engelse Guildford. Dat ze daar terecht kwam was niet toevallig: het gaf haar de gelegenheid tegelijkertijd acteerlessen te volgen aan de Guildford School of Acting. Aangestoken

door het theatervirus begon Lieke daarna aan een studie theaterwetenschappen aan de Universiteit van Surrey. Hier maakte ze kennis met het gedachtegoed van *Augusto Boal*, een Braziliaan die in de jaren zestig van de vorige eeuw het bevrijdingstheater ontwikkelde. In dit theaterconcept boden acteurs mensen in de verdrukking de gelegenheid scènes uit hun eigen leven te spelen om hen zo een stem te geven. Lieke was meteen verkocht. ‘Van kinds af aan had ik een sterke band met mijn opa’s en oma’s. Ik smulde als het ware van hun verhalen. Daarnaast had ik al tijdens mijn middelbareschooltijd allerlei bijbaantjes in de zorg gehad. En toen, ineens, besefte ik de kracht van levensverhalen in combinatie met theater. Daar zijn meerdere namen voor: participatietheater, *community arts*, wijktheater – allemaal verschillende domeinen van dit werk.’

STORYBOX

Nadat ze haar Bachelor had gehaald, ging ze aan de Universiteit van Manchester onderzoek doen naar de mogelijkheden van participatietheater in het contact met mensen met dementie.

Zo kwam ze terecht bij *Storybox*, een theaterproject voor en met mensen met dementie waarbij er elke week een sessie is met een eigen thema. Lieke vertelt er enthousiast over: ‘*Storybox* is uitdrukkelijk geen herinneringsproject, de nadruk ligt altijd op het heden. Het kan voor iemand met dementie namelijk heel frustrerend en verwarrend zijn als een ander een beroep op zijn geheugen gaat doen. In plaats daarvan viert *Storybox* het moment met zintuiglijke en plezierige ervaringen. Daarbij gaat het vooral om de verhalen die de aanwezigen zelf vertellen en de liedjes die ze spontaan beginnen te zingen. Dat geeft een plezierig en bevrijdend gevoel en doordat er geen goed of verkeerd is, voelt elke deelnemer zich gewaardeerd en het waard om erbij te zijn. *Storybox* gaat ervan uit dat creatieve participatie het welzijn van de deelnemers bevordert en sociaal isolement terugdringt. En dat dit soort creativiteit kan worden ingebouwd in de dagelijkse zorg. Zo kunnen mensen met dementie de gelegenheid krijgen nieuwe dingen uit te proberen en daardoor sociaal en cultureel actief te blijven.’



DAAR KWAM DE BRUID...

Om haar betoog te illustreren vertelt Lieke het verhaal van Anna. 'Anna neemt bijna elke week deel aan de theaterworkshop in het verpleeghuis. Ze heeft dementie in een vergevorderd stadium; een gesprek met haar voeren lukt niet meer. Maar wanneer de acteur haar uitnodigt de bruid te spelen in een trouwceremonie, lijkt ze er geen bezwaar tegen te hebben mee te doen. Wat ze moet doen met de sluier die ze krijgt weet ze eigenlijk niet zo goed, maar het neemt haar wel helemaal in beslag. De bruiloft daarentegen lijkt volledig aan haar voorbij te gaan. Een andere deelnemer speelt de bruidegom en als de acteur vraagt of er iemand bezwaar heeft tegen de huwelijksplechtigheid, roept een van de aanwezigen: 'Ja ik, want ze zijn allebei al getrouwd.' De hele zaal barst in lachen uit. Daarop schudt Anna wakker uit haar inertie en begint te giechelen. Wat er precies in haar omgaat kan niemand weten, maar duidelijk is wel dat zo'n theateractiviteit iets kan losmaken. En als je dan ook nog iets van het levensverhaal van zo'n bewoner weet, heb je kans dat je een tipje van de sluier kunt oplichten.' 'Levensverhalen fascineren me,' vervolgt Lieke. 'Altijd al gehad. Zowel aan vaders- als aan moederskant bestaat de familie uit heel grote gezinnen. Allemaal opgegroeid in dezelfde omgeving; echt heel close. Wat mij daarin vooral boeit, is hoe de manier waarop zij zijn opgegroeid verschilt van die van mezelf. Er is zoveel in de tijd en in de cultuur veranderd... Die persoonlijke geschiedenissen zitten opgeslagen in het geheugen. En dat is meer dan alleen het hoofd, ook het lichaam heeft herinneringen. Daar maken we bij improvisatietheater gebruik van. We gaan dan mee in iemands belevingswereld en creëren daar verhalen omheen. Daarbij moeten we dan niet zozeer afgaan op wat iemand zegt, maar meer kijken naar diens lichaam en lichaams- expressie. Niet om die mensen met dementie te duiden, maar om erachter

te komen wat zoiets met mij als acteur of als zorgverlener doet. En wat dát weer betekent voor het contact dat we met elkaar hebben.'

'Terugkomend op Anna: bij haar naar binnen kijken kun je niet, dus je kunt ook niet zeker weten dat ze zich vrolijk voelt als ze giechelt. Je weet alleen: tijdens de voorstelling gebeurde er iets met de deelnemers en met Anna en dat is zoiets als water dat gaat rimpelen als je er een steen in gooit. Als theatermens ben ik gefascineerd geraakt door wat zoiets met mij doet en wat ik daarvan mee kan nemen in het contact.'

ONTROERING

'Het idee dat onze persoonlijkheid geworteld is in ons brein, zit diep in onze cultuur verankerd. Dat vooral ons cognitief vermogen ons mens-zijn bepaald. Inmiddels weten we echter dat het ingewikkelder in elkaar zit, dat er meer vormen van geheugen zijn. Een daarvan noem ik voor het gemak maar het geheugen van het lichaam. In ons lichaam liggen allerlei emoties opgeslagen en uiteindelijk presenteren we onszelf aan anderen met een in het lichaam gewortelde geest. Een deel van de persoonlijkheid, van dat opgeslagen geheugen, manifesteert zich in ontmoetingen tussen mensen en is niet zozeer afhankelijk van mijn eigen, cognitieve functioneren. Door te focussen op echt contact maken met iemand in het hier en nu, erken je dat iemands persoonlijkheid nog aanwezig is. Dat gaat verder dan bewust denken en spreken, hier raakt theater aan een persoonlijke wereld die dieper gaat dan alleen het verstand.'

'Het unieke van mensen zit hem vooral in hun gezichtsuitdrukkingen, ademhaling, lichaamshouding. Hoe ze zingen, neurïen en praten. Gevoelens bepalen de manier waarop mensen zich uitdrukken en theateractiviteiten geven prikkels waardoor mensen weer kunnen reageren op de gevoelens die erdoor worden opgeroepen. Storybox wil met haar activiteiten een basis leggen voor een atmosfeer die de aanwezigen verbindt,

zowel mensen met dementie onderling als bewoners met zorgverleners. In het theater is het niet zo belangrijk om je af te vragen wat iemand denkt: voelen is belangrijker dan denken. En bij mensen met dementie werkt dat juist heel goed. We dwingen mensen met dementie niet om te reflecteren op wat er gebeurt, maar geven hun de gelegenheid alleen maar te ervaren. Dat geldt trouwens ook voor degene die de activiteit leidt.'

ZON IN JE OREN

'De Engelse psycholoog *Tom Kitwood* heeft eens gezegd dat we een mens pas kennen als we onze gevoelens kunnen delen, los van onze cognitieve vermogens. Dat vind ik een mooie gedachte: we hoeven iemand niet altijd te begrijpen, het is belangrijker er gewoon te zijn. Het gaat erom onszelf open te stellen voor wat die persoon in ons teweegbrengt. Een voorbeeld. Tijdens een workshop trokken een zorgverlener en een cliënt een bepaald gezicht naar elkaar en vervolgens bleven ze dat op de afdeling ook doen. Een onderonsje tussen een verzorgende en een cliënt, een blik van verstandhouding die ze blijven voortzetten... geweldig toch!'

'Ik werk nu in een Nederlands verpleeghuis als vrijwilliger in de activiteitenbegeleiding op een psychogeriatrische afdeling. Samen met de bewoners schrijf ik er gedichten. Dan verzin ik een onderwerp, bijvoorbeeld een jaargetijde, en dan begin ik met vertellen aan de hand van zintuiglijke waarneming. Wat zie ik? Wat hoor ik? Wat voel ik? Hoe ruikt het? Valt er wat te proeven? Dan komen de verhalen haast automatisch los en die schrijf ik op. Dat wordt dan vanzelf een gedicht, het groeit heel organisch. Een voorbeeld? Ja, het heet *Over de lente*.'

De lente klinkt als muziek/De zon in je oren/Smaakt naar vruchten/ Heerlijk de lente/ smaakt zoet/Die smaakt niet, die is zoet/Een beetje bitter. // Voelt koud/Er is altijd wind/Zon op de bast. // Je ziet



« **Lieke de Kock** op locatie in het Openluchtmuseum in Arnhem, waar ze werkt: 'Het geheugen is meer dan alleen het hoofd, ook het lichaam heeft herinneringen. Daar maken we bij improvisatietheater gebruik van.'

bloemetjes/Kleuren van bloemen/Geel, wit, groen, roze, paars/Die kleuren zie je allemaal. // Je ruikt de zon/Als ze maaien ruik je het gras/Ik voel me opgewekt/Maar als het te heet wordt/is het ook weer niks/Ik voel helemaal niks. // Na regen komt zonneshijn.

'VEDEREN'

Met ingang van september werkt Lieke bij Theater Veder in Amsterdam. Lieke: 'Zij hebben de Veder-methode ontwikkeld die erg lijkt op het werk dat we bij Storybox deden. Theater Veder maakt huiskamervoorstellingen voor mensen met dementie en traint daarnaast verzorgers in de toepassing van dramatechnieken in de zorg. Daar zijn ze al heel succesvol in, in de praktijk gebruiken zorgmedewerkers steeds vaker het werkwoord "vederen" als aanduiding voor een lichte vorm van contact maken waarbij afstemming en verbinding plaatsvindt. Maar nu willen ze een volgende stap zetten en gaan samenwerken met kunstenaars en experts uit het buitenland. Dat past helemaal in mijn straatje.' ♦

TEKST THEO ROYERS

BEELD LIA HOES

Theo Royers is redacteur van Denkbeeld; hij is zelfstandig werkzaam als trainer-coach en adviseur via Labez te Zutphen.